

Técnica da amamentação

- Cuidados a ter para a amamentação ter Sucesso



2003 Estate of Pablo Picasso/Artists Rights, New York

Adriana Pereira

Professora Doutora

Investigadora e especialista em Aleitamento Materno

Formadora da OMS/UNICEF para o Aleitamento Materno

Membro do COMITÉ Nacional para o Aleitamento – DGS

OBJETIVOS

- Aprender a técnica da amamentação
- Identificar as características de cada bebê durante a amamentação seg. Barnes et al (1953).
- Conhecer a importância do posicionamento da mãe e do bebê.
- Saber os quatro pontos-chave em relação à posição do bebê

Técnica da Amamentação

Para haver sucesso

Amamentar sempre que o bebé tem fome (horário livre);

O bebé mama durante o tempo que quiser;

O bebé esvazia uma mama, larga espontaneamente e só depois é oferecida a outra (por vezes pode ficar satisfeito só com uma);

NOTA: Barnes et al (1953) identificaram 5 tipos de bebés, com comportamentos diferentes durante a amamentação.

Estas características dos bebés **influenciam muito** a forma como bebé gosta de mamar. Para facilitar e favorecer a amamentação as mães devem saber em que tipo o seu bebé se enquadra.

Barracudas;
Excitados
inefectivos;
Procrastinadores;
Gulosos “gourmets”
Tranquilos

As Mães devem saber

NOTA: A posição do bebé à mama, não é muito importante, o que é necessário é que a mãe exponha bem a mama de forma a que o bebé consiga agarrar bem a mama e fazer pega correta e devem observar-se estes **quatro pontos:**



A cabeça e o corpo do bebé devem estar em linha reta;

A face do bebé deve estar de frente para a mama com o nariz de frente para o mamilo;

A mãe deve segurar o corpo do bebé junto do dela;

Se o bebé é recém-nascido ela deve apoiar as nádegas do bebé e não apenas só a cabeça e os ombros.

NOTA: isto só é importante quando o bebé é pequeno, quando ele cresce pega na mama das mais variadas maneiras e posições.

Algumas posições que podem ajudar na amamentação

**POSIÇÃO SENTADA
(tradicional)**



**POSIÇÃO DE SENTADA CRUZADA
(na outra mama)**



Algumas posições que podem ajudar na amamentação (cont.)

POSIÇÃO DE DEITADA



POSIÇÃO DE SENTADA INVERSA



Nota: a mãe gasta muito menos tempo

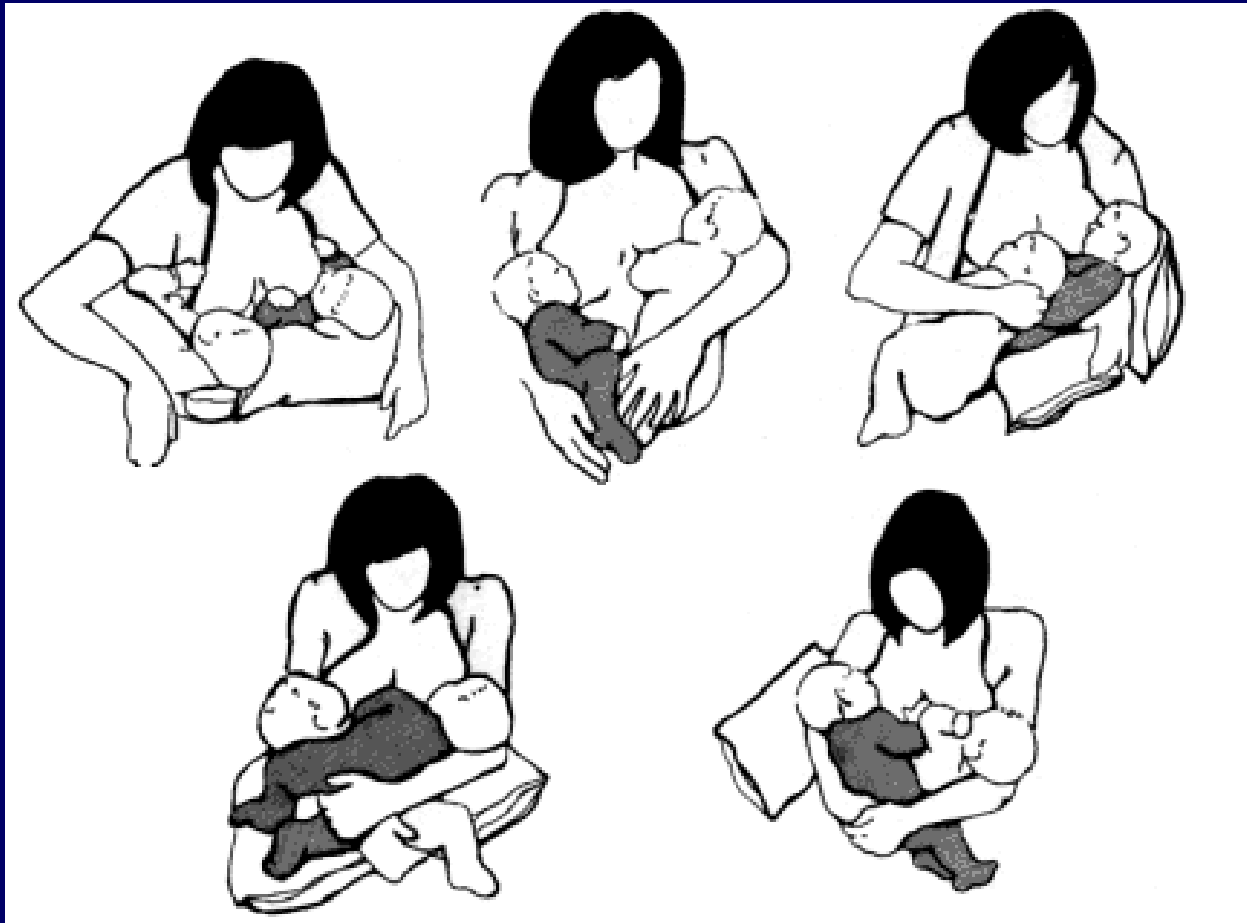
POSIÇÃO DE GÊMEOS



POSIÇÃO DE GÊMEOS



OUTRAS POSIÇÕES PARA AMAMENTAR GÊMEOS



Bibliografia:

- WHO/UNICEF (2009). BABY-FRIENDLY HOSPITAL INITIATIVE. Revised Updated and Expanded for Integrated Care. Session 6, in SECTION 3 BREASTFEEDING PROMOTION AND SUPPORT IN A BABY-FRIENDLY HOSPITAL. A 20-HOUR COURSE FOR MATERNITY STAFF
- Barnes GR, Lethin Jr AN, Jackson EB, Shea N. Management of breastfeeding. JAMA. 1953;151:192-9.

NOTA: Este trabalho foi produzido por Adriana Pereira, pode ser usado e reproduzido desde que o conteúdo não seja alterado e as fontes sejam corretamente citadas.

www.aleitamentomaterno.pt/index.php